**Реферат з психології**

**Психічний розвиток підлітка під час навчання**

Психічний розвиток з самого по­чатку опосередкований, організований і спрямований вихован­ням і навчанням. Починаючи з 20-х років нашого століття значний внесок у розробку цієї теорії зробили такі вчені, як П. П. Блонський, Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, В. В. Давидов, О. В. Запорожець, Г. С. Костюк, О. М. Ле­онтьев, О. Р. Лурія, О. І. Мещеряков, Н. О. Менчинська, П. Р. Чамата, Д. Б. Ельконін та ін.

Так, Л.С. Виготський стверджував, що педагогіка по­винна орієнтуватися не на вчорашній, а на завтрашній день дитячого розвитку. Тільки тоді вона зможе в процесі на­вчання здійснювати психічний розвиток. Він запропонував спеціальне поняття — «зона найближчого розвитку», в яко­му відображено внутрішній зв'язок між навчанням та пси­хічним розвитком індивіда. Смисл цього поняття полягає в тому, що на кожному етапі свого розвитку дитина може розв'язувати певне коло проблем лише під керівництвом дорослих або спільно з більш розвинутими дітьми. Потім ці завдання і дії вона буде виконувати самостійно, але здат­ність до цього виникає внаслідок спільних дій у процесі навчання, актуальний зміст, форми і методи якого зібрані саме у «зоні найближчого розвитку».

Л. С. Виготський висунув також положення про те, що для психічного розвитку дитини характерний перехід від інтерпсихічних до інтрапсихічних процесів. Спочатку ди­тина включена безпосередньо у соціальну діяльність, розподілену між членами певного колективу. Вона має зов­нішню, розгорнуту форму й реалізується різноманітними матеріальними і знаковими засобами. Засвоєння засобів спільної діяльності формує в дитини на цьому етапі інтерпсихічні процеси. Потім засоби соціальної діяльності, що засвоєні у зовнішній формі, перетворюються на внутрішні, розумові, або інтрапсихічні, процеси. Психічний розвиток людини здійснюється внаслідок переходу від зовнішніх, розгорнутих, колективних форм діяльності до внутрішніх, згорнутих, індивідуальних форм її виконання. Цей перехід називається інтеріоризацією.

Виховання і навчання можна вважати формою психічного розвитку людини. В межах цієї форми розвитку здійснюються процеси привласнення, відтворювання людиною суспільно та істо­рично заданих здібностей. Виховання і навчання співвідно­сяться з психічним розвитком як форма і зміст, тобто вони не тотожні одне одному, але створюють єдність. Виховання і навчання організовують, спрямовують психічний розвиток людини.

Так само треба розуміти і думку С. Л. Рубінштейна про те, що виховання і навчання впливають на психічний роз­виток тільки за умови вмілого спрямування дорослими діяльності дитини. Педагогічна праця досягає успіху в фор­муванні особистості дитини, якщо керує її діяльністю, а не підміняє її. Спроба наділити дитину психічними якостями поза її діяльністю тільки підриває основи здорового пси­хічного розвитку.

Отже, виховна і навчальна діяльність за своєю суттю мають скеровувати, спрямовувати, організовувати індиві­дуальне становлення людської особистості, формувати її риси та якості згідно з вимогами суспільства.

Конкретизуючи зв'язок психічного розвитку дитини з вихованням і навчанням, Г. С. Костюк показав складні від­ношення між ними — залежно від того, як виховується особистість взагалі, які взаємини складаються в процесі ви­ховання та навчання між учителем і учнем, між учнями в колективі, як виховання і навчання пов'язуються із життям тощо. Складність аналізу процесу психічного розвитку по­лягає і в тому, що психічні якості особистості, які форму­ються під час виховання і навчання, самі по собі є дуже складними утвореннями, що поступово виробляються в про­цесі індивідуального розвитку. Кожна така якість має сис­темну побудову і включає структурні компоненти — пот­реби й мотиви, знання, цілі, засоби дій, емоції. Так, допит­ливість передбачає наявність знань, стосовно яких новий об'єкт викликає емоцію здивування, прагнення пізнати його, та способи дій, за допомогою яких людина реалізує це прагнення. Кожна психічна якість пов'язана з іншими якостями, утворює з ними єдність, виступає як елемент цілісної «системи систем», якою є особистість.

Педагоги, батьки мають керувати всебічним розвитком особистості учнів. Ця мета досягається завдяки організації різноманітних взаємовідносин дітей з навколишнім сере­довищем та систематичному і послідовному підвищенню ви­мог до них.

Потреби, мотиви, знання, цілі, засоби дій, емоції осо­бистості формуються в системі доступних для дітей суспільних відносин, які вони реалізують притаманними їм засобами поведінки, спілкування, навчальної діяльності і які при цьому самі розвиваються.

У ході спілкування з оточуючими розвивається і сама здатність до спілкування. На перших етапах життєвого шля­ху вона має форму емоційного контакту між новонародже­ною дитиною і дорослими, потім, з оволодінням словом формується здатність до усної комунікації, а в молодшому шкільному віці — до письмової її форми. Потреба у спіл­куванні з навколишнім світом є провідною для ряду етапів психічного розвитку людини, вона слугує інтеграції індивіда з суспільством. Дитина завдяки спілкуванню розуміє інших людей, а через них і себе. У такій формі спілкування, як взаємодія, інтеракція, вона засвоює і шліфує різні види рольової поведінки, знаходить своє місце в колективі.

Успішність виховання і навчання залежить від того міс­ця, яке посідає особистість у колективі, від виконуваних нею функцій та ставлення до них, від внутрішньої позиції вихован­ця, рівня його прагнень і домагань.

Видатний вітчизняний педагог А.С. Макаренко вважав добір і виховання людських потреб найважливішим завдан­ням виховної роботи.

Крім розвитку потреб, властивих людині як споживачеві матеріальних благ, у вихованців слід розвивати вищі людські потреби, що характеризують особистість як творця матеріальних і духовних цінностей. Це потреби у духовному спіл­куванні з іншими людьми, у співпраці з ними, в моральній поведінці, знаннях, творчості тощо. Розвиток цих потреб і пов'язаних з ними почуттів зумовлює успіхи у формуванні світогляду, рис характеру моральної людини, здатності до саморегуляції поведінки й діяльності, у набутті знань, умінь, навичок як компонентів досвіду, інтелектуальних здібнос­тей тощо.

Велику роль у вихованні особистості відіграє праця. У процесі трудової діяльності учні краще засвоюють те, що не суперечить їхнім переконанням, має особистісне і суспільне значення. Найбільший виховний вплив справляє праця, яка викликає інтерес, відповідає особистісним цілям, пов'язана з пошуками творчих методів і рішень, викликає позитивні емоції. І навпаки, якщо праця виконується формально, не має особистісного значення, то її виховний вплив змен­шується.

Як підкреслював Г.С. Костюк, зв'язок виховання і на­вчання з працею, з життям є одним із основних джерел формування в учнів повноцінної особистості. Там, де навчання і праця реально поєднуються в житті школярів, де праця на­повнюється інтелектуальним змістом, включає елементи твор­чості, створюються найсприятливіші умови для розвитку пізнавальних інтересів, духовних запитів учнів і високого морального ставлення до праці.

Правильне виховання сприяє інтелектуальному, творчо­му розвитку особистості. Мисленнєві здібності краще роз­виваються там, де вчитель правильно організовує навчальну діяльність, залучаючи до процесу навчання проблемні ситу­ації, сприяючи самостійному вирішенню творчих задач, спо­нукаючи учнів до постановки гострих питань. Вчитель має бути інтелектуально і творчо розвинутою особистістю. Інте­лектуально-творчий розвиток особистості учнів є одним із найважливіших завдань навчально-виховної роботи школи.

Результати виховання залежать не лише від суспільних умов, а й від вікових та індивідуальних особливостей дітей: типу нервової системи, темпераменту тощо.

Особистість дитини виступає не тільки як об'єкт, але насамперед як суб'єкт навчально-виховного процесу. Роз­виток особистості відбувається успішно, якщо учень є ак­тивним учасником цього процесу, коли враховуються його власні мотиви, цілі, прагнення, переживання, якщо вихова­тель спрямовує його життя до сучасних знань, високих іс­тин і при цьому уважно стежить, як сприймає вихованець, про що він думає, що переживає, які тенденції, цілі та прагнення виникають і закріплюються в нього.

У дитини як суб'єкта виховного процесу формуються свідомість і самосвідомість, власне «Я», що опосередковує всі виховні впливи.

Самовиховання є вищою формою розвитку особистості, її духовного «саморуху».

Завдяки добре організованому процесу самовиховання учні можуть досягти значних успіхів у становленні соціальних, духовних, інтелектуальних та інших якостей власної особистості, зокрема здатності до саморегуляції, самодис­ципліни. Ефективне самовиховання має спиратися на пов­ноцінні ідеали, на знання специфічних засобів і дій впливу на самого себе. У психології та педагогіці існує система засобів самопізнання, самоінформування, самопрограмування, самопереконання, самозобов'язання, самонаказу, самовпливу, самооцінки, самоконтролю та самозвіту, яка сприяє самовихованню особистості.

Компонентом усебічного гармонійного розвитку особи­стості є фізичне виховання.

Фізичне виховання — система соціально-педагогічних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я та загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей лю­дини, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь.

Теорія і практика фізичного виховання спираються на дані фізіології. Фізіологічна наука озброює теорію і мето­дику фізичного виховання закономірностями розвитку ор­ганізму людини, правильного врахування впливу різнома­нітних чинників на його функціональну діяльність. На ос­нові її даних розробляють науково обґрунтовану систему фізичних вправ, спрямованих на розвиток рухових дій і формування фізичних якостей організму.

Виховання підростаючого покоління фізично здоро­вим — важливе завдання сім'ї та школи. На жаль, нині практично здоровими є лише 27% дітей дошкільного ві­ку, лише 65% дітей і 60% підлітків фізично гармонійно розвинені. У м. Києві, наприклад, половина учнів старших класів за станом здоров'я мають обмеження щодо вибору професії, а серед випускників шкіл не менше половини не придатні або частково придатні до військової служби.

Зміст фізичного виховання на всі роки навчання учнів у школі підібрано з таким розрахунком, щоб забезпечити:

1) зміцнення здоров'я і загартування організму шко­лярів, сприяння їх фізичному розвитку та підвищенню працездатності. Становлення і розвиток основних функ­цій організму, що відбувається в шкільні роки, потребує використання всіх чинників, які позитивно впливають на цей процес. Піклування про здоров'я школярів — голов­не завдання кожного вчителя на кожному навчальному занятті;

2) формування та вдосконалення рухових навичок і вмінь та повідомлення пов'язаних з ними знань. Мета фі­зичного виховання — формування життєво важливих на­вичок і вмінь у природних видах рухів: бігу, стрибках, хо­діння на лижах, плаванні. Для цього потрібні знання про способи і правила виконання рухових дій, які учні здобу­вають під час пояснень і демонстрування;

3) розвиток основних рухових якостей. Для виконан­ня багатьох дій людині необхідні певні якості, зокрема си­ла — здатність долати зовнішній опір або протидіяти йо­му за рахунок мускульних зусиль; швидкість — здатність виконувати рухи за мінімальний період часу; витрива­лість — здатність виконувати певну роботу тривалий час; гнучкість — здатність виконувати рухи з великою амплі­тудою; спритність — здатність швидко засвоювати нові рухи й успішно діяти в умовах, що змінюються. Ці рухо­ві якості розвиваються й виявляються в тісному взаємо­зв'язку;

4) формування звички та стійкого інтересу до систе­матичних занять фізичними вправами. Позитивний вплив фізичних вправ можливий лише за умови їх сис­тематичного виконання, що переростає у звичку і потре­бу. Для виховання такої потреби, необхідно пробудити в дитини інтерес до вправ, підбирати цікаві вправи, вчас­но заохотити учня до їх виконання. Змістовне дозвілля сприяє активному відпочинку і духовному вдосконален­ню школярів.

Важливим у формуванні звички до занять фізичними вправами є правильний режим дня і тижня, здорове хар­чування, достатній за часом сон. Неприпустиме вживан­ня алкоголю, нікотину, наркотиків;

5) виховання гігієнічних навичок, повідомлення знань про фізичні вправи та загартування. Гігієнічну освіту учні здобувають під час вивчення різних предметів, зокрема біології. Вони дізнаються про режим дня, гігієну харчу­вання, сну та ін. У процесі занять фізичними вправами за­своюють правила їх застосування, дізнаються про вплив вправ на організм, про гігієнічні вимоги до загартування.

Ігри. Задовольняючи природний потяг дітей і підлітків до рухової активності, ігри збуджують колективні пережи­вання, дають радість від спільних зусиль, сприяють зміц­ненню товариськості й дружби. У початкових класах про­водять переважно рухливі ігри, в середніх і старших — спортивні.

Фізичному розвиткові школярів сприяють різноманітні форми позаурочної фізкультурно-спортивної діяльності. Найпоширеніші з них:

- гімнастика перед уроками, мета якої — організація учнів на початку навчального дня, запобігання викрив­ленню постави, підвищення працездатності учнів упро­довж дня, загартування організму. Для її проведення по­трібне місце. Слід також прагнути, щоб гімнастику робили всі учні;

- фізкультурні хвилинки і паузи для зняття втоми. Для виконання вправ учні виходять із-за парт, ослаблю­ють комірці та ремінці. Вправи проводять в 1-8 класах на кожному уроці після 20-30-хвилинної роботи протя­гом 2,5-3 хв. Діти виконують 3-4 вправи з 6-8-разовим повторенням. Фізкультурні паузи практикують також у групах подовженого дня і вдома з учнями середніх і стар­ших класів протягом 10-15 хв. кожні 50-60 хв. нав­чальної праці. На таких «хвилинках» доцільно опрацьо­вувати домашні завдання з фізичної культури;

- позаурочні заняття (гуртки та секції), завдання яких — створення умов для прищеплення учням звички до систематичних занять, сприяння запровадженню фі­зичної культури в побут. На позаурочних заняттях закрі­плюються й удосконалюються здобуті на уроках знання, практичні вміння та навички. Характерною рисою позау­рочних форм занять є їх добровільність;

- година здоров'я, яку в багатьох школах проводять щодня після 2-го або 3-го уроку і яка триває 45 хв. Час для неї вивільняють за рахунок великої перерви та скоро­чення всіх уроків на 5 хв. Вправи виконують переважно на свіжому повітрі (учні займаються в спортивній формі). Вчителі можуть виконувати вправи разом з учнями або ок­ремою групою;

- масові змагання, спортивні свята передбачають чіт­ку організацію, дотримання певних ритуалів. Усе це забез­печує комплексне розв'язання завдань виховання школя­рів: фізичного, морального, естетичного та ін.

У сучасної молоді набули популярності різні системи единоборств, як українські, коріння яких сягає козацької доби, так і східні. Вони сприяють загартуванню юнаків, виховують спритність, витривалість.